Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Школа № 15»

Проект культурно-массового мероприятия для учащихся 1 - 11 классов

«Непоседливый четверг»

 Учитель физической культуры,

 Казанкина Екатерина Сергеевна

 2022

Содержание:

**1. Введение**3

1.1.Актуальность3

1.2.Цели и задачи проекта4

1.3.Участники..4

1.4.Награждение....4

1.5.Ожидаемые результаты5

**2. Этапы мероприятия**.5

**3. Выводы**.7

**4.Список литературы**7

**Введение:**

Хорошее здоровье – одна из важнейших составляющих полноценного функционирования человеческого организма с самого рождения . По данным Минздрава, только 5% выпускников школ сегодня являются практически здоровыми, что является катастрофически плачевной цифрой. «Мой проект направлен на развитие не только физических качеств ребёнка , но и интелектуальных способностей . На формирования здорового и полезного досуга .

**Актуальность проекта**:

Внеурочная деятельность в школе является важным  компонентом в воспитании и физическом развитии школьников: вовлечение учащихся в спортивные кружки и секции, выступление на соревнованиях внутри и вне образовательного учреждения.

Состояние здоровья во многом определяет развитие личности ребенка, успешность его в социальном обществе, формирование полноценного физического и психологического статуса на всех последующих этапах развития. Поэтому задачи сохранения и укрепления здоровья общества являются  актуальными в  данном проекте, а физкультурно-оздоровительное направление в школьном образовании значимым.

Данный проект охватывает учащихся и учителей школы. Реализация проекта осуществляется через проведение спортивного мероприятия .

**Цель проекта:** воспитание у учащихся уважительного отношения к учителю, совершенствование процесса физического воспитания, повышение интереса к физической культуре и здоровому образу жизни, выявление способностей к физическим упражнениям, развитие интеллектуальных способностей учеников.

**Задачи проекта:**

- Привлечение к регулярным занятиям физической культурой и спортом учащихся, формирование здорового образа жизни;

- Способствовать интеллектуальному развтию детей ;

- Формирование доброжелательных отношений между учащимися и педагогами;

- Внедрение физической культуры и спорта в повседневную жизнь школьников;

- Развитие творческих и креативных способностей учащихся.

 **Сроки реализации :**

Мероприятие состоит из 4-х отдельных этапов. Проводится с февраля 2021 года, каждый последний четверг месяца .

**Участники :**

Учащиеся 1-11-х классов.

**Награждение участников :**

Награждение производится по 4-м номинациям:

- «Самый дружный класс»;

- «Самый креативный класс»;

- «Самый умный класс»;

- «Самый многочисленный класс».

Все остальные классы награждаются грамотами за участие.

**Ожидаемые результаты** :

- всестороннее развитие детей и взрослых,

- повышение уровня физической подготовленности учащихся,

- воспитание волевых качеств: ответственность, коллективизм, смелость, стремление к победе и уверенность в своих силах,

- воспитание у учащихся уважительного отношения к учителю,

- развитие интеллектуальных способностей детей .

**Этапы меропртиятия:**

**1. Игра "Солнышко и дождик"**.

Задачи: научить детей находить свое место в игре, ориентироваться в пространстве, развивать умение выполнять действия по сигналу воспитателя.

Описание: Дети сидят в зале на стульчиках. Стульчики — это их «дом». После слов воспитателя: «Какая хорошая погода, идите гулять!», ребята встают и начинают двигаться в произвольном направлении. Как только педагог скажет: «Дождь пошел, бегите домой!», дети должны прибежать к стульям и занять свое место. Воспитатель приговаривает «Кап – кап – кап!». Постепенно дождь утихает и воспитатель говорит: «Идите гулять. Дождь кончился!».

**2.Через ручеек (подвижная игра с прыжками)**.

Задачи: научить правильно прыгать, ходить по узенькой дорожке, держать равновесие.

Описание: На площадке чертится две линии на расстоянии 1,5 — 2 метра одна от другой. На этом расстоянии рисуются камешки на определенном расстоянии друг от друга.

Играющие стоят у черты — на берегу ручейка, они должны перейти (перепрыгнуть) его по камешкам, не намочив ног. Те, кто оступился — намочил ноги, идут сушить их на солнышко — садятся на скамейку. Затем снова включаются в игру.

**3. Доброе дело.**

Задачи: сплотить детей , способствовать формированию сплоченного коллектива, развить креативность, изворотливость и фантазию  ума . Научить действовать в рамках ограниченного времени . Учить детей справляться с трудностями в стрессовых ситуациях .

Описание: Каждую перемену ученики с 1 по 9 класс приготавливают подарок учителю ( выпавшему им в случайной жеребьёвке) . Подарок может быть музыкальный или сделанный своими руками . Физически подкованные ребята могут порадовать любимых учителей танцевальными или спортивными трюками . Главное уложиться в перемену .

**4.Интеллектуал.**

Задачи: Развитие интеллектуальных способностей детей , неординарность мышления.

Описание: Многим знакома игра, в которой каждому требуется составить цепочку слов по принципу чайнворда: последняя буква предыдущего слова должна совпадать с начальной буквой последующего: «береза - акация - ясень - нарцисс - столетник...» и т.п. (например игра "Города"). При этом выбор слов ограничивается какой-нибудь определенной темой, например только названия растений или только названия городов и т. п. Буквы «ь» и «ъ» в расчет не принимаются - берется буква, которая предшествует им в слове. Кто в течение пяти минут сумеет составить наиболее длинную цепочку слов, тому и присуждается победа в игре. Игра становится еще более занимательной, когда заранее даются «слово-старт» и «слово-финиш», то есть начальное и конечное слова будущей словесной цепочки. Задача играющих - составить маршрут, найти промежуточные слова между «стартом» и «финишем» в пределах заданной темы. Допустим, начальное слово - «поезд», а конечное - «станция». Чтобы привести «поезд» на «станцию», можно пользоваться словами только железнодорожного лексикона. В приведенном примере достаточно двух таких промежуточных слов: поезд - депо - откос - станция. Но в иных случаях «маршрут» может оказаться весьма длинным и извилистым. Дети на 7 уроке с 1 по 11 классы собираются в актовом зале школы и соревнуются классами.

**Выводы:**

Уверенна, что проведение спортивных мероприятий, в частности «Непоседливый четверг» способствуют развитию двигательных качеств, формированию таких положительных черт характера, как воля к победе, уверенность в своих силах, здоровый азарт и спортивная целеустремленность, чувство взаимопомощи, подчинение своих интересов интересам команды, что станет залогом настоящей дружбы в школьном коллективе.

**Список литературы :**

1.Учебник. Физическая культура.1-4 классы. Лях В.И., 2014.

2. Круговая тренировка на уроках физической культуры (методическое пособие). — Уфа: Изд-во ГАОУ ДПО ИРО РБ, 2014.

3. Аэробика. Содержание и методика проведения оздоровительных занятий / Е. С. Крючек. — М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2001.

4. Растяжки для всех видов спорта. Книга-инструктор (раздел физкультура и спорт) / А. Кудрявцев. — М.: Эксмо, 2012. 38.

5. Общая физическая подготовка. Знать и уметь / Ю. И. Гришина. — Ростов-н/Д: Феникс, 2014.

6.Учебник «Психология физической культуры.» Авторы: Шумилин А. П., Бабушкин Е. Г.

7.Учебник «Психология физической культуры» Автор: Яковлев Борис Петрович, Бабушкин Г. Д., Бабушкин Евгений.